



大宮小&済美小&大宮中 夢のタスキを9年間つなぎます！

なでしこ

東京都杉並区立大宮中学校 学校だより

令和3年7月20日 第4号(19-46)

発行責任者：校長 関田 誠

緊急事態宣言中

『大宮中精神：優しさをもって、夢や目標に挑戦する若者であれ！』

7/20(火)終業式校長講話 『夏休みは仲間とジャンプ！』の話

～心理的限界を破り「高く跳べ」～

(前略) いよいよ夏休みです。この後の学活で、皆さんは通知表を渡されて、一学期の成績を伝えられます。四月からの学校生活で、授業、学校行事、委員会係活動、部活動、習い事の様々な場面で、難しいことに挑戦してクリアするために、高く跳ぼうとする場面が何回もあったことでしょう。挑戦する心で何回でも跳べましたか？

皆さんはノミを知っていますか？犬や猫を飼っている人は見たことがありますね。刺されるとかゆい。犬が首輪の裏をかくのはノミのせいです。体調1～9ミリ。そのジャンプ力は何と2メートル。自分の体の100倍以上の高さを跳びます。人間に例えれば100メートルをジャンプできる力ということになります。

このノミを使った、割と有名な実験があります。ノミを高さ30センチほどの水槽に入れてふたをします。ノミは中でピョンピョン跳び跳ねます。しかし何度挑戦してもふたにぶつかり、2分もするとフタにぶつからないように低く跳ぶようになります。このノミを水槽から出すと、ふたはないにも関わらず、30センチより高く跳ぼうとしません。何だかヒトも同じ性質をもっていないませんか？何かに挑戦して何度か失敗すると「うまくいかないな…」と、自分にはできないと思い込みます。もっとできる力があるのに、自分で自分の力にふたをする。これを心理学では『心理的限界』と呼びます。テストや部活等の試合で、やる前から(絶対にムリ)と心にふたをして、気持ちで負けた体験はありませんか？

実はこのノミをもう一度高く跳ばす方法があります。どうすると思いますか？その方法は、仲間のノミがいるもっと大きな空間に入れ、2メートル跳ぶ姿を見せること。すぐに(ん？自分もできるかも)と再挑戦、再び2メートルが復活！できる仲間を見ることで、『心理的限界』を打ち破れるわけです。私たちは勉強や部活や習い事で、苦手な事に対して無意識のうちに、あっさりと『もう無理！』の限界をつくりがちです。実にもったいない。大宮中で集団生活は、仲間から多様な刺激を受けることができます。(あいつができるなら自分だってやれるかも！)という前向きな発見は貴重です。

話を最初に戻します。今回の通知表の結果をどう受け止めますか。(無理)(できない)と決めつけて、自分の能力にふたをしている『心理的限界』を打ち破ることに、ぜひ夏休み期間に、仲間と挑戦してください。三年生のみなさん、受験は一人で孤軍奮闘してジャンプするより、学年・学級の『団体戦』と考えた方が、良い刺激を与え合って一層高く跳べるものです。夏休みも上級学校や学習の情報交換をして、互いに高くジャンプです。一・二年生のみなさんも、仲間と支え合って、皆で高くジャンプする気持ちを大切にしましょう。充実した夏休みを過ごして、9月1日に元気な笑顔で始業式に登校してください。😊

6

30 (水)

オンライン 道徳授業



都内では、新型コロナウイルス感染で臨時休校の措置をとった複数の学校があることが報道されています。突然の学校閉鎖で、授業ができなくなる対策として、水曜日の午後の道徳の授業を、自宅でオンラインによるテスト授業を実施しました。当日は、多くの生徒は、無事に授業を受けることができましたが、Teamsに参加できなかったり、途中でロイロノートの操作が重くなったり、通信が切断されたりといった問題も発生しました。教職員、生徒の操作の習熟度を上げることや、区に回線環境を整備してもらう必要



性があることが分かりました。生徒から「意外に普通の授業と変わらない感覚で受けられた」「皆の考えが一度に分かって面白かった」「普段着でマスクをしないで受けられるのはリラックスできて良かった」「全員が中々集まらない」という声が聞かれました。

7

10 (土)

C & Cデー

今月から土曜授業日は、カジュアル&チャイムレスデーの試行が始まりました。服装を自分で選べる日を設けることで、生徒の自主性を育てること、状況に応じた服装を選択する力を育てること、標準服を休めて清潔に保つことがねらいです。

当日は夏の訪れを予感させる、かなり暑い半日でした。それぞれの生徒が考えたと思われる、涼しげな普段着で登校して授業を受ける姿が見られました。標準服姿の生徒も何人かおりました。



この日はチャイムを鳴らさないで、自分で現在時刻を意識して行動する日でもありました。自分たちで時間を意識して、混乱無く授業や休み時間を過ごして終わることができました。

予告：9/1 (水) 引き渡し訓練

コロナ禍が続いていますが、大規模災害に備えて、今年度も各教室等での引き渡し訓練を行います。密対策を取りながら行う予定です。

夏季休業期間をはさみますので、お忘れないようお願いいたします。
12:00~12:20 の間に、引き渡し方法をご確認いただき、ご来校ください。お待ちしております。

本来なら6月16日から行う予定だった移動教室が、コロナ禍の緊急事態宣言の影響で実施できなくなりました。何とか実施したいと、校長会を中心に調整をした結果、この日を迎えることができました。昨年度も中止となっていたため、生徒たちは、中止の『落胆』から実施の『歓喜』へと大きく気持ちが動いたそうです。

時期が変わったことで、梅雨本番の三日間でした。出発時にバス乗車の時は、雨がパラついていましたが、一日目の昼前の滝沢牧場では晴れ間が見えていました。バーベキューで昼食を取った後、動物の餌やり、牛の乳搾りや心音を聞く体験、馬のブラッシング等を行いました。その後、宿舎の風呂の密を避けるために、『乙女の湯』という温泉施設で汗を流しました。立派な露天風呂や水風呂もあり生徒は大喜びでした。宿舎では例年行っている夜の集いは中止された分、のんびり過ごすことができましたようです。

二日目は、午前中は、清里の森でネイチャーガイドの案内で自然体験を行いました。富士山の姿も見えて、終わってバスに乗り込んだ途端に雨が降り出しラッキー。午後は町の体育館で、井草中と高円寺中との三校で、ボッチャ親睦競技会を行いました。三日目は、午前中に野辺山



のプラネタリウムで星座の学習の後、まきば公園で買い物学習をして、各自でお土産を探しました。昼食は山梨名物のほうとうをいただきました。美味しくて取れたてのキュウリと共にお代わりをする生徒が後を絶ちませんでした。

三日間、天候にも恵まれ、無事に充実した宿泊行事を終えることができました。

本来なら2日(金)に実施する予定だった鎌倉校外学習。梅雨入りした影響で、前日は相当な雨量でしたが、担任に聞くと「雨でも生徒はやる気満々です」と頼もしい答えでした。ところが、当日は早朝から、鎌倉方面にピンポイントで大雨警報が出てしまいました。鎌倉の山に囲まれた地形の事も浮かび、悩んだ結果生徒の安全を優先して延期としました。



延期当日は快晴の暑いぐらいの天気でした。緊急事態宣言が発出されたため、借り上げバス3台で、鎌倉駅方面、北鎌倉方面、長谷寺方面に班ごとに分散乗車して鎌倉に向かいました。降車後は、どの班も元気一杯見学先に行動開始です。最近の校外学習は、紙の地図だけでなく、班ごとに貸し出したスマホのマップを使いながら行います。それでも、目的地を四苦八苦しながら探して、徒歩やバス、江ノ電を使って移動しました。昼食は、コロナ対策を取った鶴岡八幡宮近くの峰本さんに時間差をつけて集まり、学生定食(天丼とうどんとサラダのスペシャルセット)を頂いていました。現地は、宣言下のこともあり、いつもは大賑わいの小町通りや鎌倉大仏の見学地も、人通りは多くありませんでした。この日は、とにかく暑い一日で、熱中症予防のため、生徒には適宜水分補給をさせながら、予定通り14時30分には全班が時間どおりに集合できました。多くの班が、遅れまいと小走りにバスに走ってくる姿を見て、私はとても嬉しくなりました。前日指導で話した、「ルールの中で楽しめ」「点と点がつながる体験」ができたものと信じています。



一学期の部活動の活躍

バスケットボール

杉並区バスケットボール

夏季選手権大会 男女とも出場

サッカー

杉並区中体連サッカー夏季大会 出場

ソフトテニス

杉並区中学校ソフトテニス

総合体育大会・個人戦 出場

// ・女子団体戦 3位

東京都中学校ソフトテニス選手権大会・団体戦出場、2回戦敗退

・団体戦メンバー

3年…三木亜梨沙、山崎はるな

寒河江まゆ、永田こころ

山川亜紀、黒木桜妃

2年…青木香乃葉、中村すずな

卓球

杉並区選手権大会 男子団体戦 準優勝

杉並区選手権大会

男子個人戦 優勝 野村直宏

第 74 回 東京都中学校卓球選手権大会

男子団体戦 出場 男子個人戦 出場

スポーツチャンバラ

エアコンのきいた金工室、自分たちで稽古内容を考え活動しています。密にならない競技「小太刀刀法」も始めました。2学期から大会に参加できることを楽しみにしています。

ボランティア

校内壁面の美化活動

「服のカプロジェクト」呼びかけ資料作成

自然科学

実験に必要なマッチやガスバーナーの使い方を学んだ後、色に関するいろいろな実験に取り組んできました。夏休み中には「杉並子どもサイエンス・グランプリ」参加に向け

て、1、2年生が各自で調べ学習や自由研究を行います。

美術

デッサン、水彩画、粘土など幅広い活動を行っています。「夢のみちポスターコンクール」へ出品しました。

軽音楽部

3学期の部内発表会に向けて、学年ごとに練習曲を決め、ギター、ベース、ドラム、ピアノを個人練習しました。

フレンドクラブ

フライングディスクやランニング、アイロんびーズなどの活動に取り組んでいます。

陸上（個人参加）

東京都総合体育大会陸上競技

一兜咲子

共通女子 1500m 1位

1年女子 800m 1位

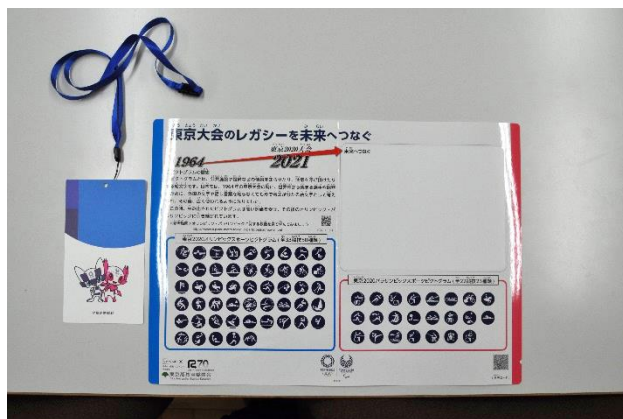
川口礼央

1年男子 1500m 18位

学校対抗女子の部 4位

二人とも上位大会である通信陸上競技大会に出場予定。

【オリパラ観戦の生徒用グッズ】



既にお知らせしたとおり、東京 2020 大会は無観客開催が決まり、学校観戦はできなくなりました。後日、チケットホルダーと日よけ用のシートが届きました。